



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Gärtner, Manuela

□□: Mertendorf

□□: 1521

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 50:30

□□: 11.88 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 270 (of 637)

□□□□□/□: 24 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 8(of 39)

□□□□□□□: 38:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:36	5:17	13	3:16	33	3:16	2.00	10:36	5:17	23	1:02	9	3:16
Runde Langstrec	2.00	9:37	4:48	4	2:00	15	2:00	4.00	20:13	5:03	23	1:13	9	5:16
Runde Langstrec	2.00	9:48	4:54	6	2:02	19	2:02	6.00	30:01	5:00	23	1:40	9	7:18
Runde Langstrec	2.00	10:04	5:01	6	2:18	21	2:18	8.00	40:05	5:00	22	2:20	9	9:36
Leichtathletikhal	2.00	10:25	5:12	12	2:47	38	2:47	10.00	50:30	5:02	8	12:23	24	12:23